

Modèle de schéma d'exercice

Dessine l'exercice sur le demi-terrain sans marquage (filet en haut) et remplis les lignes à côté.

FILET

Nom de l'exercice : _____

Mise en place : _____

Étapes :

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Consignes : _____

FILET

Nom de l'exercice : _____

Mise en place : _____

Étapes :

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Consignes : _____
